

Будь здоров!



Режим дня.



Режим дня - это распорядок дел, действий, которые вы совершаете в течение дня.

Личная гигиена

Гигиена
жилища



Гигиена
кожи



Гигиена
питания



Гигиена
одежды



Гигиена
ВОДЫ





Личная гигиена.



Это правила, выполнение которых поможет не болеть и укрепить своё здоровье.



Какие предметы у каждого человека должны быть личными, а какими могут пользоваться все члены семьи?

Личные



Для семьи



Отгадайте загадку.

Когда мы едим -
Они работают,
Когда не едим -
Они отдыхают.
Не будем их чистить -
Они заболеют.



Зубы

Чисти зубы 2 раза в день:
утром и вечером.

П
Р
А
В
И
Л
Ь
Н
О
Е



П
И
Т
А
Н
И
Е

Наши помощники в сохранении здоровья.

Режим дня



Личная гигиена



Правильное питание



Спорт



Желаю здоровья

